



Liebe Kunden!

Wer spürt das nicht, diesen Zauber der ersten warmen Tage im Jahr? Es ist fast wie eine Befreiung von der Enge und Kälte der letzten Wochen und Monate. Da zieht etwas raus, nach draußen. Für die Menschen, die mit der Natur arbeiten, ist diese Zeit etwas ganz Besonderes.

Eingeläutet wird sie mit Lichtmess am 2. Februar. Bis vor 100 Jahren war dieser Tag in vielen Gegenden noch ein offizieller Feiertag. In der katholischen Kirche wurden die Kerzen für das Jahr geweiht. Die Bauern achteten an diesem Tag besonders aufs Wetter, was in „Bauernregeln“ zum Ausdruck kam. Das bedeutete wieder besonders wach und aufmerksam nach draußen zu schauen, wahrzunehmen, um den richtigen Zeitpunkt für die Tätigkeiten auf den Feldern zu erspüren. Und dann wurden von den Bauern im „Märzen die Rösslein angespannt“, um den Boden zu bearbeiten und zu säen, wie es in einem bekannten Volkslied heißt.

Diese natürlichen Rhythmen im Jahreslauf haben sich längst nach vorne verschoben.

In unserer Gärtnerei wurde zum Beispiel bereits Ende Februar der erste Spinat im Freiland gesät.

Nun beginnt die Zeit, wo die Natur unaufhörlich neues in den Arbeitsplan vom Landwirt und Gärtner schreibt.

Besten Dank für die vielen positiven und auch so manche kritischen Rückmeldungen zu unserer neuen HofPost. Wir fühlen uns dadurch motiviert und inspiriert.



Chicorée

Wir machen Platz für unsere Frühlingsalate.
Daher gibt es diese Woche unseren feinen Chicorée noch einmal zum *Satt-Essen*.

Der Anbau von Chicorée ist sehr aufwändig, denn er durchläuft zwei Zyklen. Zunächst wird er Ende April im Freiland ausgesät, dabei ist viel Fingerspitzengefühl gefragt, denn der Chicorée ist ein Lichtkeimer, das bedeutet, dass das Saatgut nur wenig mit Erde bedeckt wird. Der Chicorée bleibt den ganzen Sommer über auf den Feldern und wird gejätet und regelmäßig gehackt.

Im Herbst werden dann die dicken Wurzeln geerntet und bei 0-1°C eingelagert. Ab Oktober beginnt der zweite und noch intensivere Schritt des Anbaus. Die Wurzeln werden im Gewächshaus wieder eingesetzt und dürfen hier neue Blätter austreiben. Besonderheit dabei ist, dass die Wurzeln bei uns in echter Erde wachsen dürfen und nicht in einer Wasser-Nährstofflösung, wie es im konventionellen Anbau üblich ist. Hierdurch entsteht natürlich ein viel höherer Platzbedarf, da nicht mehrstöckig in Kisten kultiviert werden kann. In absoluter Dunkelheit bildet sich dann in 3-4 Wochen die köstliche Sprosse.

Anschließend geht die abgetriebene Wurzel gemäß der biologisch-dynamischen Kreislaufwirtschaft zurück an die Landwirte und wird den Rindern als Ergänzung zum Winterfutter gegeben.



Chicorée ist das echte Wintergemüse und eng verwandt mit Radicchio und Endivie. Wer die Bitterstoffe etwas mildern möchte kann ihn braten wie in folgendem Rezept:

4 Chicorée , 2 EL Pinienkerne (in der Pfanne ohne Öl geröstet), 4 EL Olivenöl, 2 EL Honig, 4 EL Balsamicoessig, 2 EL Creme Fraîche, Salz und Pfeffer

Die Chicoréestauden als Ganzes waschen und dann vierteln. Schön ist es wenn sie noch zusammen halten. Den Honig mit Balsamico und Creme Fraîche zu einer Sauce vermengen. Öl in einer Pfanne erhitzen und die Chicorée-Viertel bei mittlerer Hitze 2-3 Minuten braten. Mit der Sauce ablöschen und noch 2 Minuten schmoren lassen. Dabei den Chicorée auch mal wenden. Auf 4 Teller anrichten und nach Geschmack salzen und pfeffern und mit den Pinienkernen bestreuen.

Guten Appetit